

清晨方起。披衣坐床。以兩手握拳。徐徐從肩上舉。向空中。卽放下。置兩膝。使氣下注丹田。如是者三次或五次。龍體靈火。吐濁氣。

又左右回顧七次。少或五次。每行一次。胸中噤而呵出濁氣者佳。能寬胸膈。

又左右兩手開弓各七次或五次。兩目須睨所伸之臂指。又以兩手用力扳左足。將右足伸直。以兩手扳右足。將左足伸直。各五次。

又起身將兩足立門限上。作坐馬勢。少頃以右足立地。左足向後踢出十二次。左足立地。右足踢出十二次。此免筋骨痺諸病。且長腳力。

靜坐無事時。以舌舐腭俟津嚥滿口。分三氣嚥下。滋陰降火。最有裨益。

以至於午後。作欠伸狀。略盪其腰三四次。通血脈。

(訊) ~~~ (特) ~~~ (林) ~~~ (醫)

[illegible]

口風流小病

世上惟有少年人最快活，年紀既輕，面目又麗，水也掐得出的肌膚，再配上幾件時髦的衣服，迤迤馬路，白相堂子，其樂無窮，然而樂極每易生悲，因此有傷患遺精，有的患白濁，時有所聞，本館代售的遺精敵（專治遺精）白濁九（專治白濁）都是對症的靈藥。

張少波

家醫

例 診

喉 女 外 內 科
科 科 科 科 目

金 診 元

診 午 診 午 間

診所
武定
路
興

口帶下之研究

(唐宗一)

帶下爲婦女病之一。蔭云：「女九帶」。可知又爲普遍之婦人病也。然舊禮教之拘束。遂歸諸隱秘。而不輕易告人。積習成風。觀念乃異。一若帶下不足爲慮。而無須醫治者也。詎知一患帶下。月經必不能正常。月經不正常。生育必艱難。不特此也。終至液涸津枯。百病叢集。小則疾病常帶。大則香消玉殞。日與病魔爲伍。失盡人生快樂。而爲帶下醫者。扁鵲過邯鄲。而爲帶下醫者。蓋亦重視帶下之病而欲拯救之也。其用心亦良苦矣。考帶下之名。出自內經。其言曰：任脈爲病。女子帶下腥臭。夫任脈者。主內藏營運之植物性神經也。起於子宮之中。爲陰脈之總司。設受六淫七情直接或間接之侵害。則失其營運之良能。而子宮臨陷。同時發炎。分泌增多。於是綿綿如帶。從陰道流出。亦猶大腸有穢害物之刺戟而爲下痢也。內經曰。脾風傳胃。小腹脹相熱。出白物。此外風與脾溼相合。風鬱化熱。溼熱流入腎經而爲帶下也。蓋子宮爲腎藏之領域。而任脈爲腎之機關也。然亦有因瘀血而爲帶下者。如金匱曰。婦人年五十。所病下利。數十日

不止。暮即發熱。少腹裏急。腹滿。手掌煩熱。口唇乾燥何也。此病屬帶下。何以故。曾經帶下。瘀血在少腹不去。又經一月再見者。土瓜根湯主之。故治帶之法。當以去邪爲先。切不可早投補劑。尤宜辨別風寒溼熱痰瘀氣滯之分別。及任督氣血之虛實以爲治。庶幾藥無虛費。病得回春。至於白帶白崩之病理。與帶下略同。惟經重各異耳。未能致帶下之生。因之關係。既重且大。世之女同胞。其可怕羞隱秘。而不敢醫治乎哉。

口 貢獻讀者施用自療

法之訣門

朱振聲

吐血
(續)

(丙)內因吐血 內因者。怒動肝火。宜苦辛降氣。(如蘇子鬱金。丹皮。山萸。括棗。橘白之類) 鬱損肝陽。(宜六鬱湯) 鬱損肝陰。宜甘酸熄風。(如阿膠。雞蛋黃。白芍。生地之類) 思傷心脾。宜甘溫益營。(如保元湯) 歸脾湯之類) 勞傷腎。其陰虛失納者。宜壯水鎮陽。(青鉛六味丸。如五味。牛膝。童便。陽虛不攝者。宜導火歸竅。(肉桂六味丸。加五味。牛膝。奪精亡血者。急固真元。大填精血。(如人參。海參。熟地。河車。膠。杞子。五味之類) 此治內因吐血之大略也。

(丙)不內外因吐血 不內外因者。墜跌。血瘀上泛。先須導下。(復元活血湯。代抵當湯。或用韭白汁散之) 再用通補。(元戎四物湯。或當歸。鬱金。牛膝。白芍。三七之類) 若努力傷血。調補忌用凝滯。宜和營通路理虛。(當歸建中湯。旋覆花湯。或六味飲。加牛膝。杜仲) 若烟酒傷脾(烟辛泄脾。酒熱戕胃。皆能助火動血。) 喻血。紫菀芫蕪。去朮。加芍) 飲多傷胃失血。(六君湯。加荔枝) 此治不內外因吐血之大略也。

天閹治方

蔡濟平

(一) 某年二十歲。身體素弱。宛如童稚。當屬具體而微。未曾發育。似非天閹。曾有驗方一則。用雄雞陰莖。將剪刀破開。陳酒洗淨。文火燉酥如爛酒。常服不斷。久自有效。昔有人自幼虛弱。十八猶童。迭服前方。至二十四歲。始發育如成人焉。

(二) 直隸寶亨孫陸敬之。爲循吏陸某之孫。生而天閹。後得一方。用何首烏生取汁。和人乳服之。三四月後。下部時覺熱氣衝動。五六月後。漸發育。一年後竟生子矣。